

CALENDARIO DE SIEMBRAS PARA TIERRA FRÍA (ZONA TZELTAL)

TE YORAIL TE YA YICH' TS'UNEL TA CHAJBAL CHAJP TE AWAL TS'UNUBILETIC TA SWENTA SIQUIL Q'UNAL

	BATS'UL	SAQUILAP	AJIL CH'AC	MAC	OLAL TI'	JUL OL	CH'AY QUIN	JOQ'UEN AJAW	CH'IN UCH	MUC' UCH	JUC WINQUIL	WAC WINQUIL	JO'WINQUIL	CHAN WINQUIL	OX WINQUIL	POM	YAX Q'UIN	MUX	TS'UN	BATS'UL				
IXIM (Zea mays) 1) Ja'wil C'altic (C'anal soc sac waj) 2) Ij'cal Ixim 3) Neel Ixim (Sabal)	Saqüil ixim: Proteína: 12% Carbohidrato: 77% Vitamina A: Tebuc max		ENERO YORAIL YA JPAS C'ALTIC Ya yich' joq'uel soc quemel ta swenta terraza yu'un weno yax c'a' ta lec te swamilele soc te c'ajbene.		MARZO Pamalix te' q'uimale. YA CAIYTIC AWAL (Ma sc'anix ta abril.)		ABRIL YA CAIYTIC AWAL		MAYO Ta sbabal aq'u'en. Ta sbabal welta ya yich' abono quimico (17-17) c'alal ts'al ta ixime. Bis smaj'lul Panta ya yich' ta juju bij ixim.		JUNIO Yax ayin yaljachan. Ya slo'bey yuninal sni' soc ste'le te ixime.		JULIO Schebal aq'u'en. Schebal welta ya yich' abono quimico. C'alal ts'al jaben te ixime. Jich nix bit'il sbabal welta la yich'.		AGOSTO Yax caj ta jiyubel. Yoxebal welta ya yich' abono quimico. C'alal ts'al jaben te ixime. Jich nix bit'il sbabal welta la yich'.		SEPTIEMBRE AJANIX		OCTUBRE Yoxebal welta ya yich' abono quimico. Yax caj ta jij. abono quimico.		NOVIEMBRE C'ANIX YA CAIYTIC C'AJAJ Ya jbojt'ic te c'ajben. Ya jts'untic ta lum. Te c'olon, teme ya quitic, ya me jmitic ta j'e'abtic.		DICIEMBRE C'ANIX C'AJAJ	
	C'anal ixim: Proteína: 12% Carbohidrato: 77% Vitamina A: Bayal		ENERO YORAIL YA JPAS C'ALTIC Ya jpasbeytic slumil jich nix bit'il ja'wil c'altic. 10-20 YA CAIYTIC AWAL		MARZO YA CAIYTIC AWAL		ABRIL YA CAIYTIC AWAL		MAYO Ya sbabal welta ya cae'beytic abono quimico c'alal ts'al te ixime.		JUNIO Ya sbabal aq'u'en. Ta sbabal welta ya yich' abono jich nix bit'il yu'un te ja'wil c'altic ta yich'.		JULIO Schebal welta ya yich' abono quimico c'alal ts'al jaben te ixime.		AGOSTO Yax caj ta jiyubel. Yoxebal welta ya yich' abono quimico.		SEPTIEMBRE AJANIX		OCTUBRE Yoxebal welta ya yich' abono quimico.		NOVIEMBRE YORAIL YA JPAS C'ALTIC (Jich nix bit'il te ja'wil c'altic.)		DICIEMBRE C'ANIX C'AJAJ	
CHENECA' 1) Phaseolus coccineus a) Neel xbot'il b) Patil xbot'il 2) Phaseolus vulgaris a) Xlumil chenech' b) Xmoil chenech' c) Xlompuc' chenech' d) Tsotsil bac' chenech' (Ije'cal) 3) Phaseolus leucanthus Xchuil chenech' 4) Vicia faba Awux chenech' 5) Pisum sativum Carabanza chenech' 6) Arachis hypogaea Caxlan chenech' 7) Ch'in chenech'	Proteína: 22% Carbohidrato: 58% Vitamina B: Bayal Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 22% Carbohidrato: 58% Vitamina B: Bayal Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Yax caj ta nich.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 22% Carbohidrato: 58% Vitamina B: Bayal Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Yax caj ta nich.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 22% Carbohidrato: 58% Vitamina B: Bayal Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Yax caj ta nich.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 22% Carbohidrato: 58% Vitamina B: Bayal Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Yax caj ta nich.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 22% Carbohidrato: 58% Vitamina B: Bayal Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Yax caj ta nich.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 22% Carbohidrato: 58% Vitamina B: Bayal Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Yax caj ta nich.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
TS'OL (Cucurbita pepo)	Proteína: 25% Carbohidrato: 49% Vitamina B: Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 25% Carbohidrato: 49% Vitamina B: Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
MAIL (Cucurbita ficifolia) a) Baxum mail b) Burum sac	Proteína: 22.5% Carbohidrato: 58.5% Vitamina B: Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 22.5% Carbohidrato: 58.5% Vitamina B: Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
ZUCCINI (Cucurbita) (Ch'in ch'um)	Proteína: 30% Carbohidrato: 11.5% Vitamina B: C'axem to xan		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 30% Carbohidrato: 11.5% Vitamina B: C'axem to xan		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
CH'UMTE' (Sesuvium portulacastrum) a) Yaxal b) Saquüil	Proteína: 22% Carbohidrato: 58% Vitamina B: Bayal		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 22% Carbohidrato: 58% Vitamina B: Bayal		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
MORO ICH (Capsicum)	Proteína: 1% Carbohidrato: 8% Vitamina B: Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 1% Carbohidrato: 8% Vitamina B: Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
CH'IN (Ipomoea batatas) a) Tsajal ch'in b) Saquüil ch'in	Proteína: 2% Azúcar: 5% Carbohidrato: 27%		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 2% Azúcar: 5% Carbohidrato: 27%		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
ISAAC CHI'IN (Solanum tuberosum)	Proteína: 2% Carbohidrato: 22% Vitamina C: Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 2% Carbohidrato: 22% Vitamina C: Tebuc		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
PAJAL MATS' (Xanthosoma)	Proteína: 3% Carbohidrato: 17-27%		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 3% Carbohidrato: 17-27%		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
TUXAC' (Allium cepa)	Proteína: 1% Carbohidrato: 11% Vitamina A: soc Tebuc Vitamina C		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 1% Carbohidrato: 11% Vitamina A: soc Tebuc Vitamina C		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
TSAJAL CEBOLLA (Allium cepa)	Proteína: 1% Carbohidrato: 11% Vitamina A: soc Tebuc Vitamina C		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
	Proteína: 1% Carbohidrato: 11% Vitamina A: soc Tebuc Vitamina C		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE Ayix sit.		OCTUBRE Yax caj ta nich.		NOVIEMBRE TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		DICIEMBRE Ya yich' tuel.	
AXUX (Allium sativum)	Proteína: 7% Carbohidrato: 28%		ENERO TAQUEJEMIX Ya yich' tuel.		MARZO YA JTS'UNTIC		ABRIL YA JTS'UNTIC		MAYO YORAIL YAX TOJC' TE BUYEM CHAN		JUNIO Ay tuluc chan ya slo'bey yabinal te cheneq'ue.		JULIO Yax caj ta nich.		AGOSTO Yax caj ta nich.		SEPTIEMBRE							